Poliklinika MEDICON Budějovická

Akutní blokáda páteře

Prostá blokáda páteře:

1. Je svalový nikoliv neurologický problém
   (svaly kolem páteře se nejčastěji po nevhodném pohybu či prochladnutí svým bolestivým stahem snaží ochránit samotnou páteř a nervové struktury s ní související)
2. Má spontánní tendenci k úpravě v horizontu 5-10 dnů
3. Zpočátku může vyžadovat relativní klidový režim, který by však měl být co nejkratší, a suché teplo (rozhodně nekoupat v horké vaně, lze použít prohřívací náplasti). Pohyb, který nevede k horšení bolesti (chůze apod.), je prospěšný. Vhodné je páteř pozvolna uvolňovat pomocí procvičování např. na základě instruktáží na www.fyzioklinika.cz
4. Bolest ze stahu svalů lze zmírnit běžnými analgetiky, která by měla být užívána co nejkratší dobu, zpočátku v pravidelných intervalech (např. ibuprofen 400mg po 8 hodinách nebo paracetamol 500-1000mg po 6-8 hodinách, případně lze oba léky kombinovat), případně volně prodejnými léky na uvolnění svalů (např. Guajacuran 1-3 tbl. denně; pozor ovlivňuje pozornost)
5. Nevyžaduje vyšetření neurologem s výjimkou těchto stavů:
   - bolest páteře je spojena s vystřelováním bolesti do celé končetiny
   - bolest páteře je spojena s ochrnutím končetiny
   - bolest páteře je spojena s výpadkem dotykové citlivosti na končetině
   - bolest páteře je spojena s nemožností se vymočit
   - bolest páteře je spojena s vysokou teplotou nebo aktuálním úrazem

   Ve všech ostatních a mnohem častějších případech je nejprve na místě dodržet výše uvedená režimová opatření. V případě přetrvávání problému déle než 10 dnů je vhodná návštěva praktického lékaře, který doplní další vyšetření (RTG, vyšetření krve aj.), případně odešle k některému ze specialistů (neurolog, ortoped, revmatolog, rehabilitační lékař).